**Emotionales**

**& soziales Kompetenztraining**

Emotionale Kompetenz ist ein gelungener Umgang mit den eigenen Gefühlen und mit den Gefühlen anderer.

Das Training soll Sie dabei unterstützen Ihre Gefühle besser zu erkennen, zu verstehen und zu steuern. Mit den gelernten Kompetenzen ermöglichen Sie sich erfolgreiches Handeln in der Ausbildung, im Berufs- und Privatleben.

Nach einem kostenfreien Erstgespräch (Dauer: ca. 20 min.) findet das Gruppentraining, für 8 Wochen, statt.

**Wann:** Termine werden bekanntgegeben.

**Wo:** Universitätsambulanz der Sigmund Freud

 PrivatUniversität

 1010 Wien, Salztorgasse 5, 1.Stock

**Kosten:** 15,- pro Teilnehmer und Sitzung

**Anmeldung & Vorgespräch**: Julia Pritz-Mirtakis, MSc.

 Email: julia.pritz-mirtakis@sfu.ac.at

 Mobil: 0699 16145338